



Dia Sem Elevadores

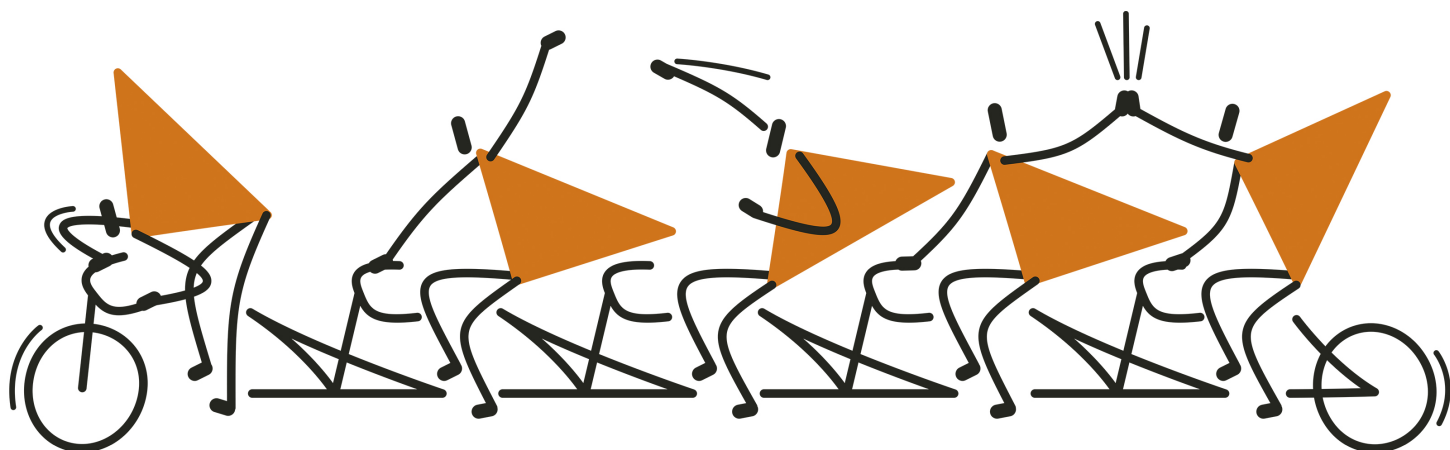
30 ABRIL 2025



IMAGINE...

onde poderia chegar a sua saúde **FÍSICA** e **MENTAL**...

...em 29.627 dias, ao construir, passo a passo, um estilo de vida ativo, saudável e sustentável!



NOTA: 29.627 dias é esperança média de vida em Portugal!

#UseAsEscadas

Learn more at:

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE